

JE ZINGT HET UIT EN IN Verkondiging Efeziërs 5: 19

In onze Friese tijd heb ik geregeld kerkdiensten geleid in een verpleeghuis. De meeste bezoekers zitten in een rolstoel. Helemaal in elkaar ingedoken, vaak met een lege blik. Maar dat verandert totaal als we een bekend lied gaan zingen. Ze richten zich op. Bewoners die weinig meer zeggen, zingen uit volle borst mee. Fascinerend om mee te maken. Mensen bloeien open, als een bloem door zonlicht. Dat kan dus zingen doen. Dat mensen tot 'leven' komen. Mijn korte preek kon daar niet tegen op. Zingen reikt verder dan het gesproken woord. Ook als je niet meer zo helder kunt denken kunnen zang en muziek in je ziel resoneren. Daarom is voor een kerkdienst zingen essentieel. Het gaat dieper. De kerkdiensten in coronatijd, toen we niet konden zingen, vond ik maar behelpen.

Waarom is het zingen zo belangrijk? Paulus schrijft: 'zing met elkaar psalmen, hymnen en liederen die de Geest u ingeeft.' Mooi dat Paulus verschillende soorten liederen noemt. Blijkbaar kan het in verschillende stijlen. Letterlijk staat er: Spreek tot elkaar in psalmen, hymnen en geestelijke liederen. Zingen is een vorm van spreken, het is eigen taal. Een taal van je lijf, je borstkas wordt een klankkast. Het is zaak van je hart, het reikt tot je ziel. Iemand zei: over het geloof kun beter zingen, dan nadenken. Augustinus moet gezegd hebben: zingen is tweemaal bidden. 'Spreek tot elkaar in Psalmen, hymnen en geestelijke liederen.' We zingen dus elkaar toe. Je kunt zingen zien als een uiting van je geloof. Maar het is meer. We zingen elkaar toe. Veel liederen zijn hooggestemd, en komen niet overeen met je stemming van het moment. Je bent heel terneergedrukt, omdat je zoon het contact met je verbroken heeft. Zingen lukt niet, het zou zelfs een beetje hypocriet voelen. Maar om je heen wordt een volop gezongen. Wellicht kun je het zo zien: Anderen zingen plaatsvervangend voor mij, of zelfs tot mij. We zingen tot en voor elkaar. Sommige kerken zijn erop ingericht. Zoals de Dom in Utrecht. Je ziet dat de banken in de lengterichting staan opgesteld. De Kerkgangers zitten in twee groepen tegenover elkaar en zingen elkaar toe. Zo stijgt het uit boven het individuele. Bonhoeffer zegt daar zo mooi over: *"Niet ik zing, maar de kerk zingt. Maar als lid van de kerk neem ik deel aan haar lied. Als we samen zingen wordt onze horizon verwijd. Onze kleine zingende geloofsgemeenschap wordt deel van de grote christenheid. We voegen ons in het lied van de wereldwijde kerk."* Zingen bevrijdt je van het puur persoonlijke.

Zingen is een weg naar de ander, zingen is een weg naar God. Maar die weg gaat twee richtingen op. Zingen is een weg van je ziel naar God, maar ook een weg van God naar je ziel. Het is een tweebaansweg. Soms verwoordt een lied jouw gevoel. Het geeft uiting aan je situatie van droefheid, of juist blijdschap. Het lied wordt dan tot een gebed. Maar het kan andersom. Een psalm of lied wordt een Woord dat God tot je spreekt. God spreekt jou aan met dat lied. Het kan dus twee kanten op: Een lied als uiting, maar ook als 'inning'. Je zingt het uit of je zingt het in. Het komt naar binnen. Zingen is niet alleen een uitlaatklep, maar een ook invoerkanaal. We zingen het geloof der eeuwen naar binnen. We zingen ons te binnen, wat we vaak vergeten: dat we niet alleen zijn en dat God in Jezus Christus Onze Vader is. Dat begint vaak aan buitenkant. In kloosters begint het morgengebed met de woorden: 'Heer open mijn lippen, en mijn mond zal uw lof verkondigen.' Het gaat hier dus niet om je ziel of je hart, maar om je mond en je lippen. Daar begint het, aan de buitenkant. Misschien gaat het eerst mechanisch. Maar vroeg laat gaat het van binnen resoneren. Je ziel gaat zingen.

We zongen Psalm 146. Met die prachtige zin. 'Ziel gij zijt geboren tot zingen voor de Heer uw God.' Je bent als een snaar van een hemels instrument en als die gaat trillen wordt je deel van een goddelijk symfonie. Je kunt er heel blij van worden. Dat klopt ook. Als je zingt komt er endorfine vrij, het gelukshormoon. Maar ook oxytocine, het knuffelhormoon. Het kan je een gelukzalig gevoel geven. Maar dan gaat de Psalm verder. Het bezingt dat de Heer recht doet

aan de verdrukten. Dat Hij de vreemdelingen beschermt. Je eigen gelukzalige gevoel wordt opengebroken, misschien wel verstoord. Mensen in nood worden op je ziel gebonden. Want we bezingen een Heer die rechtvaardig is. Zingend wordt dat bij ons binnengebracht. En dat heeft gevolgen voor je keuzes, voor je politieke voorkeur.

Paulus zegt ook zoiets. Hij begint zijn gedeelte met dat we ons als wijze mensen moeten gedragen en de dagen goed moeten gebruiken in deze slechte tijd en dat we moeten proberen om wil van God te verstaan. Dat we ons niet moeten bedrinken, maar vol worden van de Geest. Hoe word je vervuld van de Geest? Door met en voor elkaar te zingen. Dat is het invoerkanaal waardoor God in ons lijf en leven binnenkomt. God, de Barmhartige én de Rechtvaardige. Daar begint het, dan valt alles op z'n plek. 'Zing en jubel met heel uw hart voor de Heer.' De kern van al ons zingen is de eer van God. Dat doen we omdat God het waard is, meer dan waard. We zijn hier bij elkaar voor een eredienst. In het engels noemen ze de liturgie worship. Aanbidding betekent dat. Maar er is nog iets bijkomends. Als wij God niet meer eren, dan gaan we mensen en menselijke instituties tot God verheffen. Hoe meer wij God kwijtraken, hoe meer wij mensen zelf voorwerp van aanbidding worden. Dat is een ramp, ook voor de samenleving. Als wij menselijke dingen gaan aanbidden, verdwijnt de heilzame ordening die er is van Godswege. Het leven wordt een woestijn. Door te zingend God te loven, krijgt alles z'n goede plek en blijft het leven leefbaar. Niet alleen omdat we dat met ons verstand weten, maar omdat onze ziel daarin meegaat doen. Zingen geeft hoop, haalt ons uit ons eigen kringetje. Jij bent niet het centrum van het universum. Er is een groter verhaal. Dat is bevrijdend.

Ik moeten denken aan Italië in maart 2020. De coronacrisis is op z'n hoogtepunt. Er is een strenge lockdown en er sterven honderden mensen per dag. Overleden mensen worden afgevoerd met legertrucks. De sfeer is terneergeslagen. Maar om elke avond om zes uur verschijnen de Italianen op hun balkon en gaan zingen. Het tilt hun op. Ze hadden ook elkaar kunnen toeroepen: houd moed, heb lief. Maar ze zingen voor elkaar. Deze taal reikte verder. Waarom is zingen van belang? Zingen is één van de manieren waarop God een weg naar onze ziel vindt.

Amen.